



Сабирова Р.А.
Давлетшина Г.А.
Шамилова Л.Х.

МЕНЮ
16 ноября 2022 г.
11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,78	5,6	10,8	26	223
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,2	23	42,6	423
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	1,91	0,4		20,3	84
Итого		30,69	17,2	33,8	88,9	730
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	25,52	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		37,36	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	250	32,66	15,8	10,5	31,5	283
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	270	35,17	15,2	15,9	34,6	344
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	2,35	1,4	5,3	13	105
КИСЕЛЬ	200	2,41			25,1	101
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		77,59	39	32,6	146,6	1037
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,38	7,3	6,3	10,5	135
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	22,66	23,5	13,7	50	420
Итого		42,04	30,8	20	60,5	555
Ужин						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	3,52	5,5	7,1	26,5	193
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	18,82	9,9	9,5	3,6	140
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,58	3	2,4	25,1	135
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		28,93	25	19,9	97,6	672
Всего		216,61	121,4	107,8	471,9	3367

Бухгалтер (калькулятор) се Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.